﴿ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾
(الرعد: ٢٨)



د. نجيبة غلام نبي [*]

بسم الله الرحمن الرحيم

المقدمة:

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وأزواجه وأتباعه إلى يوم الدين.

القلب هو ذلك العضو المخروطي الصغير، جعله الله تعالى ملكاً للأعضاء ورئيسها، يتحكم في صلاحها وفسادها.

فاطمئنان القلب وراحته النفسية لا يتحقق إلا بتعلقه بخالقه ومالكه ومدبر أموره.

إن مما دفعني للكتابة عن استقرار القلوب وراحتها، هو كثرة ما نسمعه في عصرنا الحاضر من انتشار الأمراض النفسية، وأهمها القلق والاكتئاب في العالم عامة، وفي عالمنا الإسلامي بصفة خاصة.

إن ربط القلوب بخالقها ومدبرها يزيدها صلابة، وقوة وتماسكاً، وراحة نفسٍ واطمئنان حياة.

وقد قسمت بحثي إلى مقدمة وتمهيد وأربعة مباحث وخاتمة.

أما التمهيد فأذكر فيه تعريفاً للقلب والألفاظ المرادفة له، وتعريفاً للذكر .

(*) أستاذ التفسير وعلوم القرآن المشارك – قسم الكتاب والسنة – كلية الدعوة وأصول الدين – جامعة أم القرى.

أما المباحث فهي:

المبحث الأول: الذكر أهم أنواعه وفضائله.

المبحث الثاني: تفسير قوله تعالى: ﴿أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ﴾.

المبحث الثالث: الأساليب المعينة على اطمئنان القلب.

المبحث الرابع: أثر الاطمئنان على الحياة.

ثم ختمت البحث بخاتمة فيها أهم النتائج التي توصلت إليها.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

* * *

التمهيد

تعريف القلب:

القاف واللام والباء أصلان صحيحان أحدهما يدل على خالص شيء وشريفه، والآخر على رد شيء من جهة إلى جهة.

فالأول القَلْبُ: قلب الإنسان وغيره، سُمي به لأنه أخلص شيء فيه وأرفعه، وخالص كل شيء وأشرفه قلبه[١]. وسمي قلب الإنسان به لكثرة تقلبه [٢].

والأصل الثاني: قلب الثوب قلباً[٣].

والقلب: مضغة من الفؤاد معلقة بالنياط[٤]، والنياط: عرق غليظ علق به القلب من الوتين فإذا قطع مات صاحبه[٥].

والقلب: عضو عضلي يضخ الدم في كل أجزاء جسم الإنسان، ويقع في منتصف الصدر بين الرئتين تماماً، ومكانه أقرب إلى أمام الصدر منه إلى خلفه، ويميل قليلاً للجهة اليسرى، ومع كل دقة يدفع القلب الدم الضروري للحياة عبر جسم الإنسان، ويحمل الدم الأكسجين والغذاء لكل خلايا الجسم[٦].

والقلب: لطيفة ربانية روحانية، لها بهذا القلب الجسماني تعلق؛ وتلك اللطيفة هي حقيقة الإنسان، وهو المدرك العالم العارف من الإنسان، وهو المخاطب والمعاقب والمعاتب والمطالب، ولها علاقة مع القلب الجسماني[٧].

---

(١) معجم مقاييس اللغة لأبي الحسن أحمد بن فارس بن زكريا، تحقيق وضبط: عبد السلام محمد هارون، ١٧/٥ ط الثانية ١٣٩٢هـ - ١٩٧٢م مطبعة مصطفى البابي الحلبي وأولاده بمصر.

(٢) جامع البيان في مفردات القرآن جمع وتحقيق: أ.د. عبد الحميد هنداوي، ٧٤٥/٢، ط الأولى ١٤٢٨هـ - ٢٠٠٧م، مكتبة الرشد – الرياض. المملكة العربية السعودية.

(٣) معجم مقاييس اللغة، ١٧/٥، جامع البيان، ٧٤٦/٢.

(٤) لسان العرب للعلامة أبي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم بن منظور الأفريقي المصري، ٦٨٧/١، مادة قلب، ط الثالثة، ١٤١٤هـ - ١٩٩٤م، دار صادر بيروت.

(٥) اللسان ٤١٨/٧ مادة نوط.

(٦) الموسوعة العربية العالمية، ٢٦٩/١٨، ط الثانية، ١٤١٩هـ - ١٩٩٩م، مؤسسة أعمال المؤسسة للنشر والتوزيع.

(٧) إحياء علوم الدين، للإمام أبي حامد محمد بن محمد الغزالي، اعتنى به وضبطه وراجعه ووضع فهارسه القاضي الشيخ محمد الدالي بلطه ٤/٣، ط الأولى ١٤٢٤هـ - ٢٠٠٤م، المكتبة العصرية، بيروت.

والقلب: محل القوة العاقلة من الفؤاد، وهو محل الإدراك والتعقل والتفهم وهو محل الرغبات والأهواء فيتقلب بين رغبة وأخرى بين خير وشر، وهو محل الإيمان والكفر، وهو محل الإرادة فيختار إحدى الرغبات، وهو محل العواطف والمشاعر والإحساسات والأخلاق؛ وهو ما تؤكده آيات القرآن الكريم[١] كقوله تعالى: ﴿ وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً ﴾ (الحديد: ٢٧)، ﴿ وَلَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ فِيمَا أَخْطَأْتُم بِهِ وَلَٰكِن مَّا تَعَمَّدَتْ قُلُوبُكُمْ ﴾ (الأحزاب: ٥)، ﴿ أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَىٰ قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا ﴾ (محمد: ٢٤).

الألفاظ المرادفة للقلب:

١) الفؤاد: كالقلب لكن يقال له فؤاد إذا اعتبر فيه معنى التفؤد، أي التوقد[٢]. قال تعالى: ﴿ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ وَلَا... ﴾ (الإسراء: ٣٦).

وبعض العرب يسمي لحمة القلب كلها؛ شحمها وحجابها قلباً وفؤاداً ولم يفرقوا بينهما[٣]

٢) العقل: قال تعالى: ﴿ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَذِكْرَىٰ لِمَن كَانَ لَهُ قَلْبٌ ﴾ (ق: ٢٧) أي عقل[٤]. وقال تعالى: ﴿ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا ﴾ (الحج: ٤٦) أسند التعقل إلى القلوب لأنها مكان العقل[٥].

٣) الروح: قال تعالى: ﴿ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ ﴾ (الأحزاب: ١٠) أي

---

(١) بتصرف شديد من كتاب التعامل مع النفس والناس كما علمنا رسول الله ﷺ د. محمد أبو بكر حميد ص(٨٠-٨١)، ط الأولى ١٤٢٦هـ - ٢٠٠٥م، دار طويق، الرياض.

(٢) جامع البيان ٢/٧٠٥.

(٣) اللسان ١/٦٨٧ مادة قلب.

(٤) تفسير القرآن العظيم للإمام الحافظ أبي افداء إسماعيل ابن كثير القرشي الدمشقي، تحقيق عبد الرزاق المهدي ٥/٦٨٢، ط الأولى ١٤٢٢هـ - ٢٠٠١م، دار الكتاب العربي، بيروت.

(٥) فتح القدير للإمام العلامة محمد بن علي الشوكاني، تحقيق عبد الرزاق المهدي ٣/٥٦٢، ط الأولى، ١٤٢٠هـ - ١٩٩٩م، دار الكتاب العربي، بيروت.

الأرواح[(١)]، وذلك لأن القلب عند الخوف يجتمع فيتقلص فيلتصق بالحنجرة، وقد يفضي إلى أن يسد مجرى التنفس فلا يقدر المرء أن يتنفس ويموت من الخوف[(٢)].

وعدّ ابن هشام من معاني القلب (الفؤاد، العقل، خلاصة كل شيء، خيار كل شيء)[(٣)]

ويعبر بالقلب عن المعاني التي تختص به من العلم والشجاعة والثبات ونحوها[(٤)].

معنى الذكر:

الحفظ للشيء، وهو بمعنى الشيء يجري على اللسان، وهو نقيض النسيان[(٥)].

والذكر تارة يقال ويراد به هيئة للنفس، بها يمكن للإنسان أن يحفظ ما يقتنيه من المعرفة، وهو كالحفظ؛ إلا أن الحفظ اعتباراً باحرازه، والذكر يقال اعتباراً باستحضاره[(٦)]

والذكر الشرف والفخر، قال تعالى: ﴿وَإِنَّهُۥ لَذِكْرٌ لَّكَ وَلِقَوْمِكَ....﴾ (الزخرف: ٤٤).

أي القرآن الكريم فخر لكم ومنقبة جليلة ونعمة لا يقادر قدرها[(٧)].

والذكر: الصيت والثناء، والصيت يكون في الخير والشر، والذكر: الكتاب الذي فيه تفصيل الدين ووضع الملل، والذكر الصلاة لله تعالى والدعاء إليه والثناء عليه، وقراءة القرآن والتسبيح وأنواع الطاعات[(١)].

---

(١) جامع البيان ٢/٧٤٦.

(٢) التفسير الكبير للإمام الفخر الرازي ٢٥/١٩٨، ط الثانية، دار الكتب العلمية، طهران.

(٣) تاج العروس من جواهر القاموس، محمد مرتضى الزبيدي، ١/٤٣٧، ط الأولى ١٣٠٦، المطبعة الخيرية بمصر.

(٤) المفردات في غريب القرآن لأبي القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب الأصفهاني، تحقيق وضبط محمد سيد كيلاني ص(٤١١)، ط بدون، دار المعرفة بيروت.

(٥) اللسان ٤/٣٠٨ مادة ذكر.

(٦) المفردات ص(١٧٩).

(٧) تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، للعلامة الشيخ عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تقديم: محمد زهري النجار، ٤/٤٤٨، ط ١٤٠٨هـ - ١٩٨٨م، دار المدني بجدة.

(١) اللسان ٤/٣١٠ - ٣١١ مادة ذكر.

المبحث الأول

الذكر: أنواعه وفضائله

ذِكر الله تعالى نعمة كبرى، ومنحه عظمى، به تستجلب النعم، وتستدفع النقم، وهو قوت القلوب، وسرور النفوس، وروح الحياة، لا يستغني عنه المسلم بحال من الأحوال[١].

فالعبادة الوحيدة التي كتب الله لها الاستمرارية وعدم التحديد بالزمان والمكان هو الذكر. وكما أن لسائر العبادات فرائض ونوافل مكملة ومجبرة لها، كذلك لكلمة التوحيد فرائض ونوافل أكثر تكراراً من سائر العبادات لتثبيتها وتحقيق إخلاصها حتى تستقيم الأركان الأخرى من صلاة وزكاة وصيام وحج، فإذا ذكر الله تعالى بسائر أسمائه وصفاته، وكذلك الصلوات على النبي ﷺ بصيغها وآدابها كلها تندرج في سياق هذه الشهادة الرئيسة التي هي أساس الأركان والممدّ لها بالإخلاص والقبول عند الله تعالى[٢].

قال الله تعالى: ﴿ فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴾ (البقرة: ١٥٢).

وقال عز شأنه: ﴿ فَاذْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ ﴾ (النساء: ١٠٣).

وقال عز وجل: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴾ (الأحزاب: ٤١).

ما دلت عليه الآيات:

يأمر الله تعالى عباده المؤمنين ويقول لهم:اذكروني بطاعتكم إياي فيما آمركم به وفيما أنهاكم عنه؛ بحيث يكون هذا الذكر في كل حياتكم وفي قلوبكم، في النعمة والرخاء، بالليل والنهار، في البر والبحر، والسفر والحضر، والغنى والفقر، والسقم

(١) الوابل الصَّيب من الكلم الطيب للإمام ابن قيم الجوزية، عني به صالح أحمد الشامي، ص(١٥٤)، ط الأولى ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م، المكتب الإسلامي، بيروت.

(٢) البعد التوحيدي للذكر في الإسلام، د/ محمد بنيعيش ص(٥٥-٦٠)، ط الأولى، ٢٠٠٧ - ١٤٢٨، دار الكتب العلمية، بيروت.

والصحة، والسر والعلانية، وعلى كل حال فلا تنسوني أبداً [١]. كما قالت عائشة رضي الله عنها (كان النبي ﷺ يذكر الله على كل أحيانه)[٢].

فلم يفرض الله على عباده فريضة إلا جعل لها حداً معلوماً، ثم عذر أهلها في حال العذر، غير

الذكر؛ فإن الله لم يجعل له حداً ينتهي إليه، ولم يعذر أحداً في تركه إلا مغلوباً على عقله[٣]؛ لأنه المنعم عليكم بأنواع النعم وصنوف المنن[٤].

بم يكون الذكر؟

ذِكر الله تعالى يكون بالقلب واللسان والجوارح، وذكر القلب هو الأصل وهو أهم أنواع الذكر، لقوله ﷺ: (ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله، وإذا فسدت فسد الجسد كله ألا وهي القلب)[٥].

وذكر اللسان والجوارح إذا لم يكن القلب حاضراً يكون قاصراً جداً كجسد بلا روح[٦].

---

(١) بتصرف من تفسير الطبري (جامع البيان عن تأويل آي القرآن) لأبي جعفر محمد بن جرير الطبري، تحقيق: د/ عبد الله بن عبد المحسن التركي، ٦٩٥/٢، ١٢٤/١٩، ط الأولى ١٤٢٤هـ - ٢٠٠٣م، دار عالم الكتب، الرياض. تفسير البغوي (معالم التنزيل) للإمام محيي السنة أبي محمد الحسين بن مسعود البغوي، حققه وخرج أحاديثه: محمد عبد الله النمر، عثمان جمعه ضميرية، سليمان مسلم الحرش، ١٦٧/١، ٣٦٠/٦، ط ١٤١٢هـ، دار طيبة، الرياض. زهرة التفاسير للإمام محمد أبو زهرة ٤٦٤/١، ط بدون، دار الفكر العربي، القاهرة.

(٢) رواه البخاري في صحيحه، كتاب الأذان باب ١٩، ٣٢٤/٢، ط الأولى ١٩٩٣ – ١٤١٤، دار الفكر، بيروت.

(٣) الطبري ١٢٤/١٩.

(٤) تفسير المراغي لصاحب الفضيلة أحمد مصطفى المراغي، خرج آياته وأحاديثه: باسل عيون السود، ١٥/٨، ط الأولى ١٤١٨هـ - ١٩٩٨، دار الكتب العلمية، بيروت.

(٥) رواه البخاري في صحيحه، كتاب الإيمان، باب فضل من استبرأ لدينه ١٧٢/١.

(٦) تفسير القرآن الكريم للشيخ العلامة محمد بن صالح العثيمين، ١٦٨/٢، ط الأولى ١٤٢٣، دار ابن الجوزي، الدمام.

أنواع الذكر[1]:

١) ذكر القلب:

التفكر في عظمة الله تعالى، وآياته الكونية والشرعية، ومحبته وتعظيمه، وتعظيم شعائره، والإنابة إليه، والخوف منه، والتوكل عليه ونحو ذلك من أعمال القلوب.

قال الله تعالى: ﴿ وَسَخَّرَ لَكُمُ ٱلَّيْلَ وَٱلنَّهَارَ وَٱلشَّمْسَ وَٱلْقَمَرَ وَٱلنُّجُومُ مُسَخَّرَٰتٌۢ بِأَمْرِهِۦٓ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴿١٢﴾ ﴾ (النحل: ١٢).

وقال جل ذكره: ﴿ كِتَٰبٌ أَنزَلْنَٰهُ إِلَيْكَ مُبَٰرَكٌ لِّيَدَّبَّرُوٓا۟ ءَايَٰتِهِۦ وَلِيَتَذَكَّرَ أُو۟لُوا۟ ٱلْأَلْبَٰبِ ﴿٢٩﴾ ﴾ (ص: ٢٩).

وقال جل شأنه: ﴿ وَهُوَ ٱلَّذِى مَدَّ ٱلْأَرْضَ وَجَعَلَ فِيهَا رَوَٰسِىَ وَأَنْهَٰرًا ۖ وَمِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ جَعَلَ فِيهَا زَوْجَيْنِ ٱثْنَيْنِ ۖ يُغْشِى ٱلَّيْلَ ٱلنَّهَارَ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٣﴾ ﴾ (الرعد: ٣).

٢) ذكر اللسان:

النطق بكل قول يقرب إلى الله عزوجل، وأعلاه قول (لا إله إلا الله)، وقراءة القرآن، والأذكار والأوراد الواردة[2]، وتعليم الخير، وبيان الحق، والدعوة إلى الله عزوجل، والأمر بالمعروف، والنهي عن المنكر، والسلام، وكل ما يتعلق بالقول، فقد أوصى النبي ﷺ الرجل الذي سأله عن شيء يتشبث به قال (لا يزال لسانك رطباً من ذكر الله)[3].

---

(١) انظر تفسير القرآن للعثيمين٢/١٦٦ –١٦٨. منحة الكريم الوهاب في تفسير آيات الأحكام في سورة الأحزاب، أ. د. سليمان إبراهيم بن عبدالله اللاحم ص (٩٤-٩٥)، ط الأولى ١٤٢٦هـ - ٢٠٠٥م، دار العاصمة، الرياض، المملكة العربية السعودية، زهرة التفاسير١/٤٦٤.

(٢) المقصود بها الأذكار سواء المقيدة بأوقات وأزمان وأعمال مخصوصة وهيئات معينة وهي كثيرة جداً، أو كانت ذكراً مطلقاً.

(٣) رواه الترمذي في سننه، تحقيق وشرح: أحمد محمد شاكر، كتاب الدعاء، باب ما جاء في فضل الذكر، ٥/٤٥٨، قال أبو عيسى: هذا حديث حسن غريب من هذا الوجه، ط بدون، دار إحياء التراث العربي، بيروت.

٣) ذكر الجوارح:

كل فعل يقرب إلى الله جل شأنه من الأعمال البدنية والمالية؛ كالصلاة والزكاة والجهاد والتطوع، وكل طاعة يقصد بها وجه الله تعالى، ويبتهل فيها إليه، ويطلب بها رضوانه هي ذكر لله، وكل الأعمال كالتجارة والصناعة والزراعة والطباعة وجميع المهن إذا قام بحقها، وأدى ما عليه فيها هي ذكر لله، فالصانع في مصنعه، والمزارع في مزرعته، والتاجر في متجره وهكذا، وكل عمل عمله حباً لله تعالى. وكف هذه الجوارح وحفظها عما نهى الله عنه من الذكر أيضاً.

والمؤمن لا يفرغ قلبه من ذكر الله إذا قام بحق الله، وإنّ ذكر الله يصحبه الخوف من الله، فيبقى الله في كل عمل يعمله، ويكون دائماً في حذر من غضب الله.

وهذا ما يميز حياة المؤمن عن غيره وقد قال ﷺ: (مَثَل الذي يذكر ربه والذي لا يذكر ربه مَثَل الحيّ والميت)[١].

حكم الذكر:

حكم الذكر المطلق واجب[٢].

فالعبد مأمور بذكر الله تعالى في كل أحواله سواءً كان طاهراً أو محدثاً أو جنباً[٣].

ومع لزوم المسلم لذكر الله عزوجل ينبغي أن يقر ويعترف بالتقصير، ويقول كما قال أعرف الخلق بربه ﷺ: (لا أحصي ثناءً عليك أنت كما أثنيت على نفسك)[٤].

جزاء الذكر:

قال تعالى: ﴿فَٱذْكُرُونِيٓ أَذْكُرْكُمْ﴾ (البقرة: ١٥٢)، فيكون الجزاء والثواب أذكركم

---

(١) رواه البخاري في صحيحه، كتاب الدعوات، باب فضل ذكر الله عزوجل، ١٢/ ٥٠٧.

(٢) تفسير القرآن الكريم للعثيمين ٢/١٦٧ .

(٣) البغوي ٦/٣٦٠

(٤) رواه مسلم في صحيحه، كتاب الصلاة، باب ما يقال في الركوع والسجود ٤/٢٠٣، ط الأولى ١٣٤٧ – ١٩٢٩، المطبعة المصرية بالأزهر.

برحمتي إياكم ومغفرتي لكم، وأذكركم بالنعم والغفران والزيادة والرضوان، وأذكركم في الشدة والبلاء[١].

كما قال تعالى: ﴿ فَلَوْلَآ أَنَّهُۥ كَانَ مِنَ ٱلْمُسَبِّحِينَ ﴿١٤٣﴾ لَلَبِثَ فِى بَطْنِهِۦٓ إِلَىٰ يَوْمِ يُبْعَثُونَ ﴿١٤٤﴾ ﴾ (الصافات: ١٤٤).

وأفضل جزاء للذكر، هو ذكره تعالى لمن ذكره[٢]، كما قال تعالى في الحديث القدسي (أنا عند ظن عبدي بي وأنا معه إذا ذكرني، فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأ ذكرته في ملأ خير منهم..)[٣]؛ لأن الثواب من جنس العمل السر بالسر والجهر بالجهر[٤].

وذكر الله له شأن كبير فليس الشأن بأن تذكر الله وتحبه، ولكن الشأن أن يذكرك الله ويحبك[٥] كما قال تعالى: ﴿ قُلْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ ٱللَّهَ فَٱتَّبِعُونِى يُحْبِبْكُمُ ٱللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ﴾ آل (عمران: ٣١).

فضائل الذكر[٦]:

فضائل الذكر كثيرة جداً فهو أداة الفلاح ووسيلة الخشية ومتى وجدت الخشية وجدت الطاعة واجتنبت المعصية. نقتصر على ذكر أهمها:

١) راحة للنفس وطمأنينة للقلب قال تعالى: ﴿ أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ ﴾

---

(١) الطبري ٦٩٥/٢، زهرة التفاسير ٤٦٤/١، البغوي ١٦٧/١.

(٢) السعدي ١١٦/١.

(٣) رواه البخاري في صحيحه، كتاب التوحيد، باب ١٥، ٣٣٧/١٥.

(٤) الشرح الميسر لصحيح البخاري للشيخ محمد علي الصابوني، ٦٦٩/٥، ط الأولى ١٤٣٢هـ - ٢٠١١م، المكتبة العصرية، لبنان.

(٥) تفسير القرآن الكريم للعثيمين ١٦٨/٢.

(٦) انظر الوابل الصيب ص(٩٩ – ١١٠)، التفسير المنير في العقيدة والشريعة والمنهج للأستاذ الدكتور / وهبة الزحيلي، ٢٥١/٥، ط الأولى ١٤١١هـ - ١٩٩١، دار الفكر المعاصر، بيروت. تفسير المراغي ٣٠٣/٢.

(الرعد: ٢٨). فهو يزيل الهم وضنك العيش قال تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُۥ مَعِيشَةً ضَنكًا﴾ (طه: ١٢).

٢) طارد للشيطان قال تعالى: ﴿وَإِمَّا يَنزَغَنَّكَ مِنَ ٱلشَّيْطَٰنِ نَزْغٌ فَٱسْتَعِذْ بِٱللَّهِ ۚ إِنَّهُۥ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ (الأعراف: ٢٠٠) وقال النبي ﷺ لأبي هريرة ﷺ: (إذا أويت إلى فراشك فاقرأ آية الكرسي، لن يزال عليك من الله حافظ ولا يقربك شيطان حتى تصبح)[1]، وقال النبي ﷺ: (لو أن أحدكم إذا أتى أهله قال: (اللهم جنبني الشيطان وجنب الشيطان ما رزقتني فإن كان بينهما ولد لم يضره الشيطان و لم يسلط عليه)[2].

٣) منجاة من عـــذاب الله كما قال معـــاذ[8] ﷺ : (مامن شيء أنجى من عذاب الله من ذكر الله)[3].

٤) سبب تنـــزيل السكينة وحفوف الملائكة وذكر الله لهم قال رسول ﷺ: (مامن قوم يذكرون الله إلا حفت بهم الملائكة وغشتهم الرحمة ونـــزلت عليهم السكينة وذكرهم الله فيمن عنده)[4].

وذكر الله إذ يبعث في النفس الأمن والطمأنينة؛ فهو بلا شك علاج للقلق الذي يشعر به الإنسان حينما يجد نفسه ضعيفاً عاجزاً أمام ضغوط الحياة وأخطارها لا سند

---

(١) رواه البخاري في صحيحه، كتاب بدء الخلق، باب صفة إبليس وجنوده ٤٨٧/٦.
(٢) رواه البخاري في صحيحه، كتاب بدء الخلق، باب صفة إبليس وجنوده ٤٨٩/٦.
(٣) معاذ بن جبل بن عمرو بن أوس الأنصاري الخزرجي، أحد السبعين الذين شهدوا العقبة من الأنصار، شهد المشاهد كلها مع رسول الله ﷺ، وآخى النبي ﷺ بينه وبين عبد الله بن مسعود. يكنى أبا عبد الرحمن، أعلم الأمة بالحلال والحرام، أرسله النبي ﷺ إلى اليمن، مات في طاعون عمواس وكان عمـــره ٣٨ ســـنة. انظر أسد الغابة في معرفة الصحابة لعز الدين ابن الأثير أبي الحسن علي بن محمد الجزري، ٤١٨/٤، ٤٢١، ط ١٤٠٩هـــ - ١٩٨٩م، دار الفكر، بيروت.
(٤) رواه الترمذي في سننه، كتاب الدعاء، باب ماجاء في فضل الذكر، ٤٥٩/٥.
(٥) رواه الترمذي في سننه، كتاب الدعاء، باب ما جاء في القوم يجلسون فيـــذكرون الله عـــز وجـــل، ٤٦٠/٥.

له ولا معين. قال تعالى: ﴿ وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكًا ﴾ (طه: ١٢٤).

٥) سبب لعطاء الله للذاكر قال رسول الله ﷺ: (يقول الرب عزوجل من شغله القرآن وذكري عن مسألتي أعطيته أفضل ما أعطي السائلين وفضل كلام الله على سائر الكلام كفضل الله على خلقه)[١].

٦) سبب لاستغفار الملائكة للذاكر قال النبي ﷺ: (إن أحدكم في صلاة ما دامت الصلاة تحبسه والملائكة تقول اللهم اغفر له وارحمه ما لم يقم من صلاته أو يحدث)[٢].

٧) يحط الخطايا ويذهبها فإنه من أعظم الحسنات والحسنات يذهبن السيئات قال رسول الله ﷺ: (من قال لا إله إلا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير في يوم مائة مرة كانت له عدل عشر رقاب، وكتبت له مائة حسنة ومحيت عنه مائة سيئة وكانت له حرزاً من الشيطان يومه ذلك حتى يمسي، ولم يأت أحد بأفضل مما جاء به إلا أحد عمل أكثر من ذلك)[٣] وأمثال هذه الأذكار كثيرة في كتب الصحاح والسنن والمسانيد.

٨) يورث مراقبة الله تعالى حتى يدخله في باب الإحسان فيعبد الله كأنه يراه كما قال النبي ﷺ في حديث جبريل قال (فأخبرني عن الإحسان قال أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك)[٤].

٩) يربي النفس على صفاء الروح وتذكر جلال الله وعظمته وابتغاء مرضاته. قال تعالى: ﴿ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ

---

(١) رواه الترمذي في سننه، كتاب فضائل القرآن باب (٢٥)، ١٨٤/٥.
(٢) رواه البخاري في صحيحه، كتاب بدء الخلق، باب إذا قال أحدكم (آمين) ٤٥٨/٦.
(٣) رواه البخاري في صحيحه، كتاب بدء الخلق، باب صفة إبليس وجنوده ٤٩١/٦.
(٤) رواه مسلم في صحيحه، كتاب الإيمان، باب تعريف الإيمان والإسلام ١٥٧/١.

وَٱلْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَٰذَا بَٰطِلًا سُبْحَٰنَكَ فَقِنَا عَذَابَ ٱلنَّارِ﴾ (آل عمران: ١٩١).

١٠) أنه غراس الجنة قال رسول الله ﷺ: (من قال سبحان الله وبحمده غرست له نخلة في الجنة)[١].

هذه بعض فضائل ذكر الله تعالى فمن أراد أن ينال محبة الله عزوجل فليلهج بذكره، فالمحبوس من حبس قلبه عن ربه تعالى.

* * *

(١) رواه الترمذي في سننه، كتاب الدعوات، باب (٦٠)، ٥/٥١١، قال أبو عيسى هذا حديث حسن صحيح.

المبحث الثاني

تفسير قوله تعالى:

﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾

توطئة:

إن القلوب كائنات حية؛ تحتاج إلى ما يقيم حياتها وينميها من الزاد الروحي كما الزاد الحسي، فالقلوب تصدأ كما يصدأ الحديد، وتظمأ كما يظمأ الزرع، فهي تحتاج إلى ما يزيل عنها الصدأ والظمأ، ولن يكون ذلك إلا بذكر الله جل ثناؤه والاكثار منه.

والمرء محاط بالأعداء من كل جانب؛ فنفسه الأمارة بالسوء، وهواه وشيطانه الذي يجري في عروقه مجرى الدم، إذاً هو بحاجة ملحة إلى ما يحصّنه ويؤمّنه ويسكّن مخاوفه ويطمئن قلبه، ولن يجد غير الله تعالى وذكره، فيه الدواء الشافي والحصن المنيع من تلك الأهواء والأدواء.

فسعادة الإنسان في هذه الحياة في اطمئنان قلبه، وراحة باله، واستقرار خواطره، وقد أرشد الله تعالى عباده إلى ما يحيي ضمائرهم ويزكي نفوسهم ويطهر قلوبهم ويقيهم من القلق والاضطراب والشك والارتياب فقال جل ثناؤه :

﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾

صلة الآية بما قبلها:

لما ذكر الله تعالى مقالة المشركين بطلبهم آية حسية تدل على نبوة محمد ﷺ؛ لإنكارهم أن القرآن آية دالة على النبوة، ذكر الله حال المؤمنين المتقين المطمئنين بذكر الله، ولما كان ذلك موضع أن يقول المعاندون ومن يطمئن بذلك؟ قال: ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ وذلك إشارة إلى أن من لم يطمئن بذكره فليس له قلب، أو من أخبر عن قلبه بخلاف ذلك فهو كاذب معاند[1].

---

(١) بتصرف من: التفسير المنير، ١٣/١٦٢. نظم الدرر في تناسب الآيات والسور للإمام برهان الدين أبي الحسن إبراهيم البقاعي، خرج آياته وأحاديثه ووضع حواشيه: عبد الرزاق المهدي، ٤/١٥٠، ط الأولى ١٤١٥هـ - ١٩٩٥م، دار الكتب العلمية، بيروت.

المفردات:

ألا: أداة تنبيه وابتداء(١) أي انتبهوا من غفلتكم واعلموا ما يكون(٢).

تطمئن: تسكن وتخشع(٣)، والطمأنينة سكون القلب إلى الشيء وعدم اضطرابه وقلقه(٤).

التفسير:

نبّه الله تعالى بأداة التنبيه (ألا)، ورغّب وأخبر بأنه (بذكر الله) وحده، دون ذكر غيره من الأمور التي تميل إليها النفوس من الدنيويات(٥).

وتقديم الجار والمجرور على الفعل يفيد الاختصاص أي بذكر الله وحده لا بشيء آخر(٦).

أقوال المفسرين في المراد بالذكر:

قيل المراد بالذكر هنا الطاعة، وقيل بوعد الله، وقيل بذكر رحمته، وقيل بذكر دلائله الدالة على وحدانيته وتوحيده(٧)، وقيل بكلامه المعجز الذي لا ريب فيه كقوله تعالى:

---

(١) زاد المسير في علم التفسير للإمام أبي الفرج عبد الرحمن بن الجوزي القرشي البغدادي، ٣٢٧/٤، ط الأولى، المكتب الإسلامي.

(٢) تفسير حدائق الروح والريحان في روابي علوم القرآن للشيخ العلامة محمد الأمين بن عبد الله الأرمي العلوي الهرري الشافعي، إشراف ومراجعة: الدكتور هاشم محمد علي بن حسن مهدي، ٢٥٨/١٤-٢٧٠، ط بدون، دار طوق النجاه، بيروت.

(٣) تفسير المراغي ٨١/٥.

(٤) التفسير القيّم، لابن القيم ص(٣٣٦)، ط الأولى ١٤١٠، دار ومكتبة الهلال، بيروت.

(٥) فتح البيان في مقاصد القرآن للعلامة المحقق صدّيق بن حسن بن علي الحسين القنوجي البخاري، عني بطبعه وقدم له وراجعه: عبد الله إبراهيم الأنصاري، ٥٤/٧، ط ١٤١٠هـ - ١٩٨٩م، إحياء التراث الإسلامي، قطر.

(٦) زهرة التفاسير ٣٩٤٦/٨.

(٧) انظر: حدائق الروح والريحان ٢٥٨/١٤، الموسوعة القرآنية جمع وتصنيف إبراهيم الأبياري ١٥٧/١٠، ط ١٤٠٥-١٩٨٤، مؤسسة سجل العرب. الكشاف عن حدائق التنزيل وعيون الأقاويل لأبي القاسم جار الله محمود الزمخشري، ٣٥٩/٢، ط١٣٩٩ - ١٩٧٩، دار الفكر.

﴿ وَهَٰذَا ذِكْرٌ مُّبَارَكٌ أَنزَلْنَٰهُ ﴾ لأنه أعظم المعجزات تسكن به القلوب، فهو معجزة باقية إلى قيام الساعة يشاهدها كل أحد وتطمئن به القلوب كافة[1].

وفي ذكر الله قولان:

أحدهما: أنه الذكر المطلق.

ثانيهما: إن ذكر الله ههنا القرآن، فالقرآن هو المحصل لليقين، الدافع للشكوك والظنون والأوهام[2].

وفي قوله (ألا بذكر الله) إظهار في مقام الاضمار؛ لأن حق العبارة (ألا به تطمئن)، وفيه أيضاً التكرار[3]، فهذه الجملة الموجزة ضمن آية: ﴿ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ ٱللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ ﴾.

(تطمئن) أي تسكن، وذلك أن النفس تضطرب بظهور صفاتها وأحاديثها فيتلون القلب ويتغير، لذلك إذا ذكر الله استقر واطمأن[4].

وطمأنينة القلب بذكر الله، وهي طمأنينة الخائف إلى الرجاء، والضَّجر إلى الحكم، والمبتلى إلى المثوبة[5]، فلا تضطرب للمكاره لأنها بالله واعتمادها عليه[6].

وفي معنى الطمأنينة قولان:

أحدهما: أنها الحب والأنس بالله.

---

(١) تفسير العلامة أبي السعود إرشاد العقل السليم إلى مزايا الكتاب الكريم، ٣/١٦٤، ط بدون، دار الفكر، تفسير البحر المحيط، لأبي حيان الأندلسي ٥/٣٨٩، ط الثانية، ١٣٩٨- ١٩٧٨، دار الفكر.

(٢) التفسير القيّم ص (٣٣٧).

(٣) حدائق الروح والريحان ١٤/ ٢٧٧.

(٤) روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، للعلامة أبي الفضل شهاب الدين السيد محمود الألوسي البغدادي، ضبطه وصححه علي عبد الباري عطية، ٧/١٦٧، ط الأولى ١٤٢٢-٢٠٠١، دار الكتب العلمية، بيروت.

(٥) مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين للإمام العلامة المحقق ابن قيم الجوزية ٢/٥٣٨. ط الأولى، دار الكتب العلمية، بيروت.

(٦) حدائق الروح والريحان ١٤/٢٧٦.

والثاني: السكون إليه من غير شك بخلاف الذين إذا ذكر الله اشمأزت قلوبهم[١].

والاطمئنان عند المؤمنين يحصل بسبب الاكتفاء والثقة التي تكتسبها القلوب عن طريق إشباعها بالغذاء الخاص بها، وذلك لوجود فقر ذاتي لديها إلى الله تعالى وانطباع فطري على عقيدة التوحيد كانت قد اكتسبته في عالم الذر كما قال تعالى: ﴿وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِيٓ ءَادَمَ مِن ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا۟ بَلَىٰ شَهِدْنَآ أَن تَقُولُوا۟ يَوْمَ ٱلْقِيَٰمَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَٰذَا غَٰفِلِينَ ﴿١٧٢﴾﴾ (الأعراف: ١٧٢).

وقال النبي ﷺ: (ما من مولود إلا ويولد على الفطرة...)[٢].

فالاطمئنان هو قمة الأحوال ومنتهاها، كما أنه يأتي بعد المرور بأحوال ممهدة له كوجل القلوب، قال تعالى: ﴿إِنَّمَا ٱلْمُؤْمِنُونَ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ ءَايَٰتُهُۥ زَادَتْهُمْ إِيمَٰنًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٢﴾﴾ (الأنفال: ٢)، وقشعريرة الجلد قال عز وجل: ﴿ٱللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ ٱلْحَدِيثِ كِتَٰبًا مُّتَشَٰبِهًا مَّثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ ٱلَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ ٱللَّهِ﴾ (الزمر: ٢٣)[٣].

والنظر في مخلوقات الله سبحانه وبدائع صنعه وإن كان يفيد طمأنينة في الجملة، لكن ليست كهذه الطمأنينة، وكذلك النظر في المعجزات من الأمور التي لا يطيقها البشر، فليس إفادتها للطمأنينة كإفادة ذكر الله. فهذا وجه ما يفيده هذا التركيب من القصر[٤].

و(الـ) في (القلوب) لبيان عمومها، فالقلوب كلها لا تطمئن إلا بذكر الله تعالى، ولذلك تكون القلوب الخالية من ذكر الله في فزع مستمر؛ لأنها خالية من الإيمان غير

(١) زاد المسير ٤/٣٢٧.
(٢) رواه مسلم في صحيحه، كتاب القدر، باب كل مولود يولد على الفطرة، ١٦/٢٠٧.
(٣) بتصرف من البعد التوحيدي للذكر في الإسلام ص (٦٣-٦٥).
(٤) فتح البيان في مقاصد القرآن للعلامة المحقق صديق حسن خان ٥/٩٩، الناشر: عبد الحي علي محفوظ، فتح القدير ، ٣/٩٦.

عامرة[١].

وفي الآية إيماء إلى أن الكفار أفئدهم هواء، إذ لم تسكن نفوسهم إلى ذكره؛ بل سكنت الدنيا وركنت إلى لذاتها[٢].

فإن قيل:

أليس الله تعالى قال في سورة الأنفال: ﴿ إِنَّمَا ٱلۡمُؤۡمِنُونَ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتۡ قُلُوبُهُمۡ ﴾ والوجل ضد الاطمئنان، فكيف وصفهم هنا بالاطمئنان؟

والجواب من وجوه:

١) أنهم إذا ذكروا العقوبات ولم يأمنوا من أن يقدموا على المعاصي فهناك وصفهم بالوجل، وإذا ذكروا وعده بالثواب والرحمة سكنت قلوبهم إلى ذلك وأحد الأمرين لا ينافي الآخر؛ لأن الوجل هو بذكر العقاب في حال فكرهم في المعاصي، والطمأنينة بذكر الثواب عند اشتغالهم بالطاعات.

٢) أن علمهم بكون القرآن معجزاً يوجب حصول الطمأنينة لهم في كون محمد ﷺ نبياً حقاً من عند الله، أما شكهم في أنهم أتوا بالطاعات على سبيل التمام والكمال فيوجب حصول الوجل في قلوبهم.

٣) أنه حصلت في قلوبهم الطمأنينة في أن الله تعالى صادق في وعد ووعيده، وأن محمداً ﷺ صادق في كل ما أخبر عنه، إلا أنه حصل الوجل والخوف في قلوبهم هل أتوا بالطاعة الموجبة للثواب أم لا؟ وهل احترزوا عن المعصية الموجبة للعقاب أم لا؟[٣].

والخلاصة:

إن الاطمئنان في قلوب المؤمنين حقيقة عميقة يعرفها الذين خالطت بشاشة الإيمان

---

(١) زهرة التفاسير ٨/ ٣٩٤٦.
(٢) المراغي ٥/٨٤.
(٣) التفسير الكبير ١٩ /٤٩، وبنحوه في المراغي ٥/٨٣-٨٤.

قلوبهم فاتصلت بالله، يعرفونها ولا يملكون بالكلمات أن ينقلوها إلى الآخرين الذين لم يعرفوها لأنها لا تنتقل بالكلمات؛ إنما تسري في القلب فيستروحها ويهش لها ويندى بها ويستريح إليها ويستشعر الطمأنينة والسلام، ويحس أنه في هذا الوجود ليس مفرداً بلا أنيس؛ إذ كل ما حوله من صنع الله الذي هو في حماه.

وليس أشقى على وجه الأرض ممن يحرمون طمأنينة الأنس إلى الله؛ لأنه انفصم من العروة الوثقى التي تربطه بما حوله في الله خالق الكون.

وإن هناك للحظات في الحياة لا يصمد لها بشر مهما أوتي من القوة والثبات والصلابة والاعتداد؛ إلا أن يكون مرتكناً إلى الله، مطمئناً إلى حماه ففي الحياة لحظات تعصف بهذا كله فلا يصمد لها إلا المطمئنون بالله ﴿أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ﴾[1].

إن علاج القلق والاكتئاب سهل جداً؛ فالإسلام يدعو المسلمين إلى ذكر الله لأنه يخلصهم من الخوف ويبدله بالطمأنينة، ومتى كانت الطمأنينة غاب القلق، إن أداء العبادات والمثابرة عليها، تؤمّن للمرء حالة من الراحة والهدوء النفسي فهي كفيلة بعلاج القلق.

والصلاة أم العبادات؛ لأنها تكرر خمس مرات في اليوم والليلة. قال تعالى: ﴿إِنَّ ٱلْإِنسَٰنَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ ٱلشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ ٱلْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا ٱلْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ ٱلَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ دَآئِمُونَ ﴿٢٣﴾﴾ (المعارج: ١٩-٢٣).

فالإنسان لا يصبر على بلاء ولا يشكر على نعماء، فهو كثير الجزع والشكوى في الضر، كثير المنع والإمساك، والبخل في الغنى والصحة والجاه، إلا المحافظون على

---

(١) في ظلال القرآن، سيد قطب، ٥/٩٤، ط السابعة، ١٣٩١هـ - ١٩٧١م، دار إحياء التراث العربي، بيروت.

صلواتهم يؤدونها في أوقاتها، لا يشغلهم عنها شاغل، ويتمثلون حقيقتها من الصلة بالله والسكون والخشوع[١].

فلماذا لا نتجه إلى الله إذا استشعرنا القلق؟ ولماذا لا نؤمن بالله ونحن في أشد الحاجة إليه؟ ولا يقعد بك عن الصلاة والضراعة والابتهال أنك لست متديناً بطبعك أو بحكم نشأتك، وثق بأن الصلاة سوف تسدى إليك عوناً أكبر مما تقدر لأنها شيء (عملي) فعّال. إن الصلاة تحقق لك أموراً ثلاثة لا يستغني عنها إنسان سواءً أكان عابداً أم عاصياً:

١) فالصلاة تغنيك عن التعبير بأمانة ودقة عما يشغل نفسك ويثقل عليها.

٢) والصلاة تشعرك بأنك لست منفرداً بحمل مشكلاتك وهمومك التي لا يمكنك أن تذكرها لأقرب الناس إليك ولكن يسعك أن تذكرها لخالقك.

٣) والصلاة تحفزك إلى العمل والإقدام؛ بل الصلاة هي الخطوة الأولى نحو العمل، فهي أعظم طاقة مولدة للنشاط عرفت حتى الآن[٢].

إن تعاليم الإسلام قدمت للناس برامج غطت كل شؤون حياتهم قال تعالى: ﴿ مَّا فَرَّطْنَا فِي ٱلْكِتَـٰبِ مِن شَىْءٍ ﴾ (الأنعام: ٣٨)، وتوصيات الله لعباده في القرآن هي أدوية للأجسام والنفوس والقلوب والعقول قال سبحانه: ﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ ٱلْقُرْءَانِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾ (الإسراء: ٨٢).

* * *

(١) التفسير المنير ٢٩/١٢١.

(٢) بتصرف من كتاب "دع القلق وابدأ الحياة"، تأليف: ديل كارينجي، تعريب: عبد المنعم محمد الزيادي، ص (٢٢٢-٢٢٣)، ط١٦، ١٩٨٢.

المبحث الثالث

الأساليب المعينة على اطمئنان القلب

إن اطمئنان المسلم على أن يحيا حياة طيبة في الدنيا؛ لا يخاف على نفسه وماله وعقله وعرضه من الاعتداء عليها أو ما يصونها ويكملها، هو اطمئنان وقتي وناقص؛أما الاطمئنان على سعيه إلى ما يرضي ربه لينال ثوابه وينجو من عقابه فهو الاطمئنان الحقيقي الذي يحقق له الأمن والاستقرار، وينعم بحياة مطمئنة.

ومما يعينه على اطمئنان قلبه:

١) الإيمان بالله تعالى:

قال الله عزوجل: ﴿ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَلَمْ يَلْبِسُوٓا۟ إِيمَٰنَهُم بِظُلْمٍ أُو۟لَٰٓئِكَ لَهُمُ ٱلْأَمْنُ وَهُم مُّهْتَدُونَ﴾ (الأنعام: ٨٢) أي يحصل لهم الأمن من المخاوف، والعذاب والشقاء، والهداية إلى الصراط المستقيم[١]، فالمؤمن يستجيب لله استجابة تعظيم ومهابة، يطلب العون منه، ويلوذ ويلجأ إليه كلما اشتدت به الكروب وحلت به مصائب الحياة[٢].

وتتحقق للمؤمن سكينة النفس وأمنها وطمأنينتها؛ لأن إيمانه الصادق بالله يمده بالأمل والرجاء في عون الله ورعايته وحمايته.

إن المؤمن دائم التوجه إلى الله تعالى في عبادته، وفي كل ما يقوم به من أعمال ابتغاء مرضاته سبحانه وتعالى، فهو يشعر بأن الله تعالى في عونه وهذا يبث في نفسه الشعور بالأمن والاطمئنان.

المؤمن الصادق الإيمان آمن النفس، مطمئن القلب، يغمره الشعور بالرضا وراحة البال[٣] كما قال تعالى: ﴿مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً

---

(١) السعدي ٢/٣٩.

(٢) بتصرف شديد من: الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، د. محمد عودة محمد، د. كمال إبراهيم مرسي، ص(١٠٣)، ط الرابعة، ١٤٢٠-٢٠٠٠، دار القلم، الكويت.

(٣) بتصرف شديد من: القرآن وعلم النفس، د/ محمد عثمان نجاتي، ص (٢٥٠-٢٥٤) ط بدون، دار الشروق .

طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾ (النحل: ٩٧).

إن الإيمان بالله تعالى إذا ما بث في نفس الإنسان منذ الصغر، فإنه يكسبه مناعة ووقاية من الإصابة بالأمراض النفسية؛ المؤمن الصادق لا يجتر أحزانه، ولا يعيش مهموماً بذكريات الماضي، ولا يتحسر على ما فاته؛ ولذلك فهو لا يشعر بالهم الذي يثقل كاهل كثير من الناس الذين يعيشون في أحزان الماضي وآلامه.

إن فقدان الإيمان بالله يجعل الحياة خالية من المعاني السامية والقيم الإنسانية النبيلة، ويفقد الإنسان الشعور برسالته الكبيرة في الحياة كخليفة لله تعالى في الأرض، فتضيع منه الرؤية الواضحة لأهدافه الكبرى في الحياة؛ وهي عبادة الله والتقرب إليه ومجاهدة النفس في سبيل بلوغ الكمال الإنساني الذي يحقق له السعادة في الدنيا والآخرة[1].

فالمرضى الذين يقعون فريسة المرض لأنهم حرموا سكينة النفس التي يجلبها الدين، ولم يبرأ واحد منهم إلا حين يستعيد إيمانه ويستعين بأوامر الدين ونواهيه على مواجهة الحياة، ولذلك ربما كان من المحتمل إنقاذ آلاف الناس المعذبين في مستشفيات الأمراض العقلية لو أنهم طلبوا العون من الله بدلاً من أن يخوضوا معارك الحياة وحدهم بلا سند ولا نصير، فالمرء المتدين حقاً لا يعاني قط مرضاً نفسياً[2].

٢) ربط العبادات بالسلوك والخلق:

إن العبادات تعمل على تطهير النفس من المعوقات التي تعيق تألقها وتطورها، وتساهم العبادات بإنقاذ النفس من مختلف الأمراض النفسية والأخلاقية، وتسعى لأن يكون المحتوى الداخلي مطابقاً للمظهر والسلوك الخارجي؛ بإزالة التناقض والتوتر الداخلي، ولتحقيق إنسجام كامل بين الشخصية وبين القيم والمبادئ الحياتية السامية؛ فالعبادة لا تكون وسيلة للتربية إلا إذا ارتبطت بالسلوك والخلق.

---

(١) بتصرف شديد من كتاب القرآن وعلم النفس، ص(٢٤٩ – ٢٥٦).
(٢) بتصرف من كتاب دع القلق وابدأ الحياة ص (٢١٢ – ٢١٦).

فالعبادة بمعناها الشامل تعني التزام مبادئ الإسلام وأخلاقه وتعليمه في جميع شئون الحياة.

معنى العبادة: اسم جامع لكل ما يحبه الله ويرضاه من الأقوال والأعمال الباطنة والظاهرة[1].

وليس الدين الحق في خلاصة أمره، إلا دعوة للناس أن يكونوا عبيداً لله عزوجل بالسلوك والاختيار، كما قد خلقوا عبيداً له بالقهر والاضطرار[2].

والعبادات التي شرعت في الإسلام؛ إنما هي لتعويد المرء أن يحيا بأخلاق صحيحة، وأن يظل متمسكاً بهذه الأخلاق مهما تغيرت أمامه الظروف[3]، ولا غرو أن ربط الإسلام الأخلاق بالعقيدة، حتى نفى الإيمان عمن لا أمانة له، وعمن بات شبعان وجاره جائع، وعمن زنى أو سرق أو شرب الخمر، وجعل من لوازم الإيمان صلة الرحم وإكرام الجار وقول الخير.

كما ربط الأخلاق بالعبادات وجعلها من ثمراتها وفوائدها؛ فإقامة الصلاة ﴿ تَنْهَىٰ عَنِ ٱلْفَحْشَآءِ وَٱلْمُنكَرِ ﴾ (العنكبوت: ٤٥) وهكذا تكون الصلاة خلقاً وسلوكاً ومعاملة لا تنتهي بنهاية أدائها وإنما تبدأ بسريان مفعولها في حياة المسلم. والزكاة ﴿ تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم بِهَا ﴾ (التوبة: ١٠٣). فهي طهارة من دنس الذنوب والبخل والطمع والقسوة على الفقراء البائسين، ورفعة إلى منازل الأبرار بفعل الخيرات حتى يكونوا أهلاً للسعادة الدنيوية والأخروية. والصيام ﴿ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴾ (البقرة: ١٨٣).

---

(١) موسوعة نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم ﷺ، إعداد مجموعة من المختصين بإشراف صالح بن عبد الله بن حميد، عبد الرحمن بن محمد بن ملوح ٢٧٤٢/٧، ط الرابعة ١٤٢٦هـ - ٢٠٠٦م، دار الوسيلة بجدة.

(٢) على طريق العودة إلى الإسلام للدكتور محمد سعيد البوطي، ص (٧٢)، ط الثانية ١٤٠٢هـ - ١٩٨٢، مؤسسة الرسالة، بيروت.

(٣) خلق المسلم، محمد الغزالي، ص(٧)، ط الثالثة عشر ١٤١٨هـ - ١٩٩٨م، دار القلم، دمشق.

أي تبتعدوا عن سيطرة الأهواء والشهوات على نفوسكم، فالصوم من بين العبادات مختصاً بأنه لله تعالى وحده؛ لأنه تجرد روحي وعلو بالنفس الإنسانية عن العالم المادي وشهواته وهو سر بين العبد وربه، والحج هو الامتحان النهائي الكبير في جامعة الإسلام فلا يقوم عليه إلا من اجتاز اختبارات الالتزام عقيدة وسلوكاً في الصلاة والصيام وغيرهما من العبادات ليستطيع الوفاء بمتطلبات هذه الشعيرة العظيمة ﴿فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي ٱلْحَجِّ وَمَا تَفْعَلُوا۟ مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمْهُ ٱللَّهُ وَتَزَوَّدُوا۟ فَإِنَّ خَيْرَ ٱلزَّادِ ٱلتَّقْوَىٰ﴾ (البقرة: ١٩٧). ومع ذلك لا ينال الله منه هدي ولا لحم ولا دم ﴿وَلَٰكِن يَنَالُهُ ٱلتَّقْوَىٰ مِنكُمْ﴾ (الحج: ٣٧).

وإذا لم تؤت هذه العبادات أكلها في الأخلاق والسلوك فقد فقدت قيمتها عند الله. قال النبي ﷺ لأصحابه أتدرون من المفلس؟ قالوا: المفلس فينا من لا درهم له ولا متاع. فقال: (إن المفلس من أمتي يأتي يوم القيامة بصلاة وصيام وزكاة ويأتي قد شتم هذا وقذف هذا وأكل مال هذا وسَفك دم هذا وضرب هذا فيعطى هذا من حسناته هذا من حسناته، فإن فنيت حسناته قبل أن يقضى ما عليه أخذ من خطاياهم فطرحت عليه ثم طرح في النار)[١] فالإفلاس الحقيقي إفلاس الخُلق والتصرف، لا إفلاس المال والمادة. وقال النبي ﷺ: (من لم يدع قول الزور والعمل به، فليس لله حاجة في أن يدع طعامه وشرابه)[٢].

وقال النبي ﷺ: (من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يؤذ جاره ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليكرم ضيفه)[٣].

---

(١) رواه مسلم في صحيحه، كتاب البر والصلة والآداب، باب تحريم الظلم، ١٦/١٣٥-١٣٦ .

(٢) رواه البخاري في صحيحه، كتاب الصوم، باب من لم يدع قول الزور والعمل به في الصوم، ٤/٦١٠.

(٣) رواه البخاري في صحيحه، كتاب الرقاق، باب حفظ اللسان، ١٣/١٠١.

هذه الأحاديث كلها تدرب المسلم على الالتزام بالعبادات لأنها طريق لأدب السلوك والمعاملات مع الناس كما ربط الإسلام المعاملات بالأخلاق، من الصدق والأمانة والعدل والإحسان، والبر والصلة والمرحمة، وربط الحياة كلها بالأخلاق؛ فلا انفصال بين العلم والأخلاق، ولا بين السياسة والأخلاق، ولا بين الاقتصاد والأخلاق، ولا بين الحرب والأخلاق، فالأخلاق لحمة الحياة الإسلامية وسداها[(١)].

٣) حسن الظن بالله:

معنى حسن الظن بالله: هو اعتماد الإنسان المؤمن على ربه في أموره كلها، ويقينه الكامل وثقته التامة بوعد الله ووعيده، واطمئنانه بما عند الله، وعدم الاتكال المطلق على تدبير نفسه وما يقوم به من الأعمال، وحسن الظن بالله المصحوب بالعمل الصالح هو وسيلة الحصول على خير الدنيا والآخرة[(٢)].

وهو عمل قلبي عظيم المنـــزلة والأثر في الدين، وله عاقبة حسنة، والعبد مفتقر إليه في سيره لربه ومكابدته لأمور معاشه، وتعامله مع صنوف الخلق[(٣)]، قال تعالى: ﴿وَأَحْسِنُوٓاْ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلْمُحْسِنِينَ﴾ (البقرة: ١٩٥) أي أحسنوا الظن بالله تعالى يبر بكم[(٤)]، وقال الله تعالى في الحديث القدسي (أنا عند ظن عبدي بي)° ترغيباً من الله عزوجل لعباده بإحسان ظنونهم، وأنه يعاملهم على حسبها، فمن ظن به خيراً أفاض عليه جزيل خيراته، وأسبل عليه جميل تفضلاته، ونثر عليه محاسن كراماته وسوابغ

(١) بتصرف شديد من كتاب دور القيم والأخلاق في الاقتصاد الإسلامي، للدكتور يوسف القرضـــاوي، ص(٧-٨)، ط الأولى ١٤١٥هـــ - ١٩٩٥،مكتبة وهبه- القاهرة.التعامل مع النفس والنـــاس ص(٢٣-٢٤). تفسير حدائق الروح والريحان١٢/٢٦. زهرة التفاسير١/٥٥١-٥٢ ٥.

(٢) موقع من النت.

(٣) موقع صيد الفوائد، خالد بن سعود البليهد.

(٤) الطبري ٣/٣٢٧.

عطياته، ومن لم يكن في ظنه هكذا لم يكن الله تعالى له هكذا[١].

ومما يرسخ حسن الظن بالله في القلب استحضار قول النبي ﷺ: (عجباً لأمر المؤمن إن أمره كله خير وليس ذاك لأحد إلا للمؤمن إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له)[٢].

قال تعالى على لسان إبراهيم ويعقوب عليهما السلام ﴿يَٰبَنِيَّ إِنَّ ٱللَّهَ ٱصۡطَفَىٰ لَكُمُ ٱلدِّينَ فَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُم مُّسۡلِمُونَ﴾ (البقرة: ١٣٢) أي محسنون بربكم الظن[٣]، وقوله ﷺ: (لا يموتن أحدكم إلا وهو يحسن الظن بالله عز وجل)[٤]، وقول الله تعالى في الحديث القدسي: (يا ابن آدم لو بلغت ذنوبك عنان السماء ثم استغفرتني غفرت لك ولا أبالي)[٥]، وقوله ﷺ: (لما خلق الله الخلق كتب في كتابه وهو يكتب على نفسه وهو وضع عنده على العرش إن رحمتي تغلب غضبي)[٦]. وكلما كان العبد حسن الظن بالله، حسن الرجاء فيما عنده فإن الله لا يخيب أمله ولا يضيع عمله.

٤) الصبر:

معناه: حبس النفس على ما يقتضيه العقل والشرع، أو عما يقتضيان حبسها عنه[٧]، والصبر: حبس النفس عند الجزع[٨].

---

(١) بتصرف شديد من كتاب القلق والاكتئاب، أ.د. عبد الله بن حسين الموجان ص(٢٣٣) ط الأولى، ١٤٣٢-٢٠١١، مركز الكون، جدة.

(٢) رواه مسلم في صحيحه، كتاب الزهد، باب في أحاديث متفرقة ١٨/١٢٥.

(٣) فتح القدير ١/١٩٥.

(٤) رواه مسلم في صحيحه، كتاب الجنة وصفة نعيمها وأهلها، باب الأمر بحسن الظن بالله تعالى عند الموت ١٧/٢٠٩.

(٥) رواه الترمذي في سننه، كتاب الدعوات، باب في فضل التوبة والاستغفار وما ذكر من رحمة الله لعباده، ٥/٥٤٨، قال أبو عيسى هذا حديث غريب لا نعرفه إلا من هذا الوجه.

(٦) رواه البخاري في صحيحه، كتاب التوحيد، باب قول الله تعالى: ﴿وَيُحَذِّرُكُمُ ٱللَّهُ نَفۡسَهُۥ﴾، ١٥/٣٣٧.

(٧) جامع البيان في مفردات القرآن ٢/٥١١.

(٨) اللسان ٤/٤٣٨ مادة صبر.

قال الله تعالى في وصف أهل العلم والإيمان ﴿ٱلصَّٰبِرِينَ وَٱلصَّٰدِقِينَ وَٱلْقَٰنِتِينَ وَٱلْمُنفِقِينَ وَٱلْمُسْتَغْفِرِينَ بِٱلْأَسْحَارِ ﴿١٧﴾﴾ (آل عمران). فوصفهم الله تعالى بالصبر الذي هو حبس النفوس على ما يحبه الله، طلباً لمرضاته. يصبرون على طاعة الله، ويصبرون عن معاصيه، ويصبرون على أقداره المؤلمة[1].

ولا شك أن موافقة الأهواء تبعد الإنسان عن الصبر، لكن الإنسان العاقل يفضل فوائد الصبر، وما يثمره من الخير عاجلاً وآجلاً على مثالب الهوى وما يجلبه من الشر والرذائل، فالصبر تحمل من أجل غاية نبيلة؛ ليحقق الصابر من الله أملاً عظيماً تصديقاً لقوله تعالى: ﴿وَلَئِن صَبَرْتُمْ لَهُوَ خَيْرٌ لِّلصَّٰبِرِينَ ﴿١٢٦﴾ وَٱصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِٱللَّهِ﴾ (النحل: ١٢٦-١٢٧)، ولأن الصبر يحتاج إلى مقاومة للانفعال، وضبط للعواطف، وكبت للفطرة، فإن القرآن يصله بالله ويزين عقباه، فهو الذين يعين على الصبر وضبط النفس[2].

والصبر تحمل ومكابدة ومعاناة لشتى أنواع الابتلاءات وهي اختيارات تحتاج من المرء إلى الكظم والتوكل والرضا في جميع الأحوال.

للصبر ثمرات رائعة، ونتائج يانعة؛ إذ إنه طريق للصحة النفسية في الدنيا والآخرة، وليس دليلاً على الحقد والكراهية وكبت الاعتداء، والهروب من الفاجعات، وستر النـزعات والشهوات، بل الصابر يريد أن يجتاز المحنة لينال ثواب الله فضلاً من الله ومنّه[3] كما وعده مولاه ﴿سَلَٰمٌ عَلَيْكُم بِمَا صَبَرْتُمْ فَنِعْمَ عُقْبَى ٱلدَّارِ﴾ (الرعد: ٤٢)، وقال تعالى: ﴿إِنَّمَا يُوَفَّى ٱلصَّٰبِرُونَ أَجْرَهُم بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾ (الزمر: ١٠).

---

(١) انظر: السعدي ١/٢٣٤، تفسير القرآن الكريم للعلامة محمد بن صالح العثيمين سورة آل عمران ١/١١٠، ١١١، ط الأولى ١٤٢٦ دار ابن الجوزي الدمام.

(٢) في ظلال القرآن ٥/٢٩٣.

(٣) بتصرف شديد من كتاب نحو علم نفس إسلامي، للدكتور حسن محمد الشرقاوي، ص(٢٠٨-٢١٦)، ط الثانية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، الاسكندرية.

٥) عدم الركون إلى الدنيا:

قال الله تعالى: ﴿ ٱعْلَمُوٓا۟ أَنَّمَا ٱلْحَيَوٰةُ ٱلدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌۢ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِى ٱلْأَمْوَٰلِ وَٱلْأَوْلَٰدِ ۖ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ ٱلْكُفَّارَ نَبَاتُهُۥ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَىٰهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَٰمًا ۖ وَفِى ٱلْءَاخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِّنَ ٱللَّهِ وَرِضْوَٰنٌ ۚ وَمَا ٱلْحَيَوٰةُ ٱلدُّنْيَآ إِلَّا مَتَٰعُ ٱلْغُرُورِ ﴿٢٠﴾ ﴾ (الحديد: ٢٠).

بيّن الله حقيقة الحياة الدنيا وحقارتها، فإن كل ما يكون فيها من اللعب واللهو والتزين دون عمل للآخرة، وكل تفاخر بالقوة والخلقة والأنساب والأحساب والتطاول على الآخرين من الفقراء، فإنه كزرع يعجب الناظرين إليه؛ لخضرته وكثرة نضارته، ثم لا يلبث أن يصير هشيماً تبناً كأن لم يكن[١].

ولذلك نهى الله تعالى نبيه محمداً ﷺ طاعة الغافلين عن الله تعالى وعن ذكره وتوحيده، فقال: ﴿ وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُۥ عَن ذِكْرِنَا وَٱتَّبَعَ هَوَىٰهُ وَكَانَ أَمْرُهُۥ فُرُطًا ﴿٢٨﴾ ﴾ (الكهف: ٢٨).

أي إياك وأن تطيع من وجدناه غافلاً، وشُغل عن الدين وعبادة ربه بالدنيا، وكان مسرفاً مفرطاً في أعماله وأفعاله غاية الإسراف والتفريط، متبعاً شهواته، وهو دليل على أن سبب البعد عنهم انغماسهم في مفاتن الدنيا وزينتها[٢]، وفي ذلك تنبيه إلى أن الشرف بحلية النفس لا بزينة الجسد وزخرف الحياة من اللباس والطعام والشرف[٣].

وفي عصرنا الحاضر بدأ الاهتمام الكبير بالحياة المادية، والتنافس الشديد على الكسب المادي والذي يفتقر في الوقت نفسه إلى الغذاء الروحي، مما سبب كثيراً من الضغط والتوتر لدى الإنسان المعاصر، وجعله نهباً للقلق وعرضة للإصابة بالأمراض النفسية. يقول أحد علماء النفس الأمريكين[٤] (المرء الذي عمق إيمانه بالله، خليق بألا تعكر طمأنينته التقلبات السطحية المؤقتة، فالرجل المتدين حقاً عصي على القلق، محتفظ

(١) فتح القدير ٢١٤/٥.
(٢) التفسير المنير ٢٤٢/١٥.
(٣) المراغي ٣٩٦/٥.
(٤) اسمه وليم جيمس.

أبداً باتزانه، مستعد دائماً لمواجهة ما عسى أن تأتي به الأيام من صروف)[١].

وعلى العموم على أن المرء أن يوازن بين أمور الدنيا والآخرة ولا ينسى حظه منهما جميعاً كما قال تعالى ﴿وَٱبْتَغِ فِيمَآ ءَاتَىٰكَ ٱللَّهُ ٱلدَّارَ ٱلْءَاخِرَةَ ۖ وَلَا تَنسَ نَصِيبَكَ مِنَ ٱلدُّنْيَا ۖ وَأَحْسِن كَمَآ أَحْسَنَ ٱللَّهُ إِلَيْكَ﴾ (القصص: ٧٧).

أي اطلب فيما أعطاك الله من الدنيا الدار الآخرة وهي الجنة، فإن من حق المؤمن أن يصرف الدنيا فيما ينفعه في الآخرة لا في التجبّر والبغي، ولا ينبغي للمرء أن يضيع عمره في الشهوات والملذات، ولا يعمل عملاً صالحاً في دنياه؛ بل يتمتع بالحلال وينظر لعاقبة دنياه، فنصيب الإنسان عمره وعمله الصالح فيها، فكما أحسن الله إليك بالنعم فأحسن بطاعة الله وعبادته وتوحيده[٢].

وبعد: هذه بعض الأساليب المعينة على اطمئنان القلب، وكل أسلوب يحوى فروعاً عدة، على المؤمن التحلي بها؛ فللإيمان تأثير عظيم في نفس الإنسان؛ لأنه يزيد من ثقته بنفسه ويزيد قدرته على الصبر وتحمل مشاق الحياة، ويبث الأمن والطمأنينة في النفس، ويبعث على راحة الباب، ويعمر الإنسان بالشعور والسعادة، ويكفي أننا حين نجد سلوكنا متديناً سنحصل على الطمأنينة والأمان والسكينة[٣].

إن النفس المطمئنة هي النموذج الذي يسعى إليه الإنسان المسلم، وهي الحالة التي لا يعرف فيها الفرد أمراض الشبه والشك والشهوة والغي، وهي النموذج للحياة الطيبة التي وعد الله بها عباده المؤمنين الصالحين في قوله تعالى: ﴿مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا۟ يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾﴾ (النحل: ٩٧).

* * *

(١) بتصرف شديد من كتاب القرآن وعلم النفس للدكتور محمد عثمان نجاتي ص (٢٤٧-٢٤٨).

(٢) انظر الجامع لأحكام القرآن للقرطبي، تحقيق عبد الرزاق المهدي، ٢٧٨/١٣ – ٢٧٩، ط الثالثة ١٤٢١هـ – ٢٠٠٠م، دار الكتاب العربي، بيروت.

(٣) القرآن وعلم النفس ص (٢٤٩).

المبحث الرابع

أثر الاطمئنان على الحياة

الحياة كنـــز ونفائس، وأعظم ما فيها هو الإيمان بالله تعالى، وطريقها منارة القرآن الكريم؛ فالإيمان إشاعة الأمان، والأمان يبعث على الأمل، والأمل يؤدي إلى السكينة، والسكينة نبعٌ للسعادة، فلا سعادة لإنسان بلا سكينة نفس، ولا سكينة نفس بغير اطمئنان قلب[١].

وللإنسان في حياته جانبان أساسيان، هما:

١) جانب روحي أساسه العبادات، وهذا يقتضي منه أن يهذب نفسه، ويطهر قلبه، ويتقرب إلى مولاه بامتثال أوامره واجتناب نواهيه.

٢) جانب مادي أساسه المعاملات، وهذا الجانب فيه متسع للشهوات والمنافسات والاستكثار والتكاثر، وكلها أمور قد ينـــزلق بها الإنسان عن مستوى الفضيلة، ويغشى في سبيلها ما يعكر صفو الجانب الروحي، ويبعده عن رحمة ربه ورضاه[٢].

لذلك أمر الله تعالى عباده أن يتقوه لينعم عليهم من الخيرات الحسية والمعنوية، قال تعالى: ﴿وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ﴾ (الأعراف: ٩٦).

أي لو آمن أهل القرى بقلوبهم إيماناً صادقاً؛ صدقته الأعمال، واستعملوا تقوى الله ظاهراً وباطناً؛ بترك جميع ما حرم الله عليهم[٣]، لحلت عليهم البركات، ولأفاض الله عليهم من رزقه في السماء والأرض، ولأنعم عليهم نعيمه المبارك الذي تطمئن به

(١) صحيفة الندوة، العدد ١٥١٣٤، الأربعاء (٥) شعبان ١٤٢٩هـــ.
(٢) انظر: الإسلام عقيدة وشريعة، محمود شلتوت ص(٢٦٦)، ط الثامنة، ١٣٩٥هــــ - ١٩٧٥م، دار الشروق، القاهرة.
(٣) السعدي ٢/١٣٧.

الحياة، ولا يعقبه النكال والبوار. بركات مفتوحة بلا حساب من فوقهم ومن تحت أرجلهم.

إن العقيدة الإيمانية في الله وتقواه ليست مسألة منعزلة عن واقع الحياة، الإيمان بالله تحرُّرٌ من العبودية للهوى، وما من شك أن الإنسان المتحرر بالعبودية لله أقدر على خلافة راشدة تسير سيرة صالحة منتجة، تستحق مدد الله بعد رضاه، فلا جرم تحفها البركة، ويعمها الخير، ويظللها الفلاح.

إنها بركات في الأشياء، وبركات في النفوس، وبركات في المشاعر، وبركات في طيبات الحياة، بركات تنمي الحياة وترفعها في آن[1].

وتتجلى هذه البركات في الآتي:

١) سعة الرزق:

قال تعالى: ﴿ وَأَلَّوِ ٱسْتَقَٰمُوا۟ عَلَى ٱلطَّرِيقَةِ لَأَسْقَيْنَٰهُم مَّآءً غَدَقًا ﴿١٦﴾ ﴾ (الجن)، أي لو آمنوا كلهم واستمروا على الطاعات لأوسعنا عليهم أرزاقهم ولبسطنا لهم في الدنيا، والمراد بذلك سعة الرزق[2]، وإنما ذكر الماء كناية عن طيب العيش وكثرة المنافع[3].

٢) حصول الأمن:

قال عزوجل: ﴿ أَلَآ إِنَّ أَوْلِيَآءَ ٱللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٦٢﴾ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَكَانُوا۟ يَتَّقُونَ ﴿٦٣﴾ ﴾ (يونس: ٦٢-٦٣)، وليّ الله هو المحب لله، المطيع لأوامره المجتنب نواهيه، ويكون الله تعالى في قلبه دائماً، لا يتحرك إلا في حب الله رجاء رضاه أولاً، ورحمته ثانياً، واتقاء عذابه ثالثاً، أولئك قلوبهم عامرة بالله سبحانه، يؤمنون بالله ويحسنون ويتقون الله تقاته، فهم على ثقة من أنفسهم، وحسن ظن بربهم، فلا

(١) انظر في ظلال القرآن ٣/٥٨٢-٥٨٩.
(٢) ابن كثير ٦/٣٢٣، المراغي ١٠/٢٢٥.
(٣) تفسير الفخر الرازي ٣٠/١٦١.

خوف عليهم من عذاب يترقبونه، ولا هم يحزنون لفوات مطلب من المطالب الدنيوية؛ بل صدورهم منشرحة، وقلوبهم مسرورة فيسلمون للقضاء والقدر، وقد فوضوا أمورهم لله تعالى، وتوكلوا عليه سبحانه حق توكله بعد أخذهم بالأسباب، مؤمنين أن الله يربط الأسباب بمسبباتها[١].

وقد امتن الله جل جلاله بهاتين النعمتين العظيمتين على قريش فقال: ﴿ فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَٰذَا الْبَيْتِ ﴿٣﴾ الَّذِي أَطْعَمَهُم مِّن جُوعٍ وَآمَنَهُم مِّنْ خَوْفٍ ﴿٤﴾ ﴾ قريش. فرغد الرزق والأمن من الخوف من أكبر النعم الدنيوية، الموجبة لشكر الله تعالى[٢]. فهذه النعمة تشير إلى أن استتاب الأمن وانتفاء الخوف، هما أساس الحرية السياسية ووفرة الأقوات وسهولة التبادل، وهما أساس الحرية الاقتصادية[٣]. ولذلك قال النبي ﷺ (من أصبح منكم آمناً في سربة معافىً في جسده عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا)[٤].

٣) حفظ الله للعبد:

قال جل شأنه: ﴿ لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّن بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ﴾ (الرعد: ١١) أي لكل إنسان ملائكة حفظه، يتعاقبون عليه، ويتناوبون به، يعقب وينوب بعضهم بعضاً في المجيء إلى العبد، ويراقبون أحواله لا يفارقونه، كما يتعاقب عليه ملائكة لحفظ أعماله من خير أو شر، فاثنان عن اليمين والشمال يكتبان الأعمال، وملكان آخران يحفظانه ويحرسانه من قدامه ومن ورائه، أو من جميع جوانبه، فهو بين

---

(١) بتصرف من تفسير الشوكاني ٢/٥٥١، زهرة التفاسير ٧/٣٦٠٣.

(٢) السعدي ٥/٤٥٩.

(٣) نحو تفسير موضوعي لسور القرآن الكريم، محمد الغزالي، ص (٥٤٢)، ط التاسعة ١٤٢٧-٢٠٠٧، دار الشروق، القاهرة.

(٤) رواه الترمذي في سننه، كتاب الزهد، باب (٣٤)، ٤/٥٧٤، قال أبو عيسى هذا حديث حسن غريب.

أربعة أملاك بالنهار وأربعة آخرين بالليل[١]، فإذا علم العبد أن الملائكة تحصي عليه أعماله كان إلى الحذر من المعاصي أقرب، وإذا علم أن الملائكة يكتبون أعماله كان الردع أكمل[٢]، ومعنى ﴿يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ﴾ من بأسه حين أذنب بالاستمهال والاستغفار له، أو يحفظونه من المضار[٣].

لذلك كان من الكلمات التي علمها النبي ﷺ لابن عباس رضي الله عنهما: (احفظ الله يحفظك)[٤] فالعبد إذا كان حافظاً لأوامر الله تعالى، واقفاً عند حدودها، معتصماً بحبل الله المتين، فإن الله تعالى يحفظه في دينه ونفسه وماله وأهله ويحفظه من نـــزغات الشيطان وشركه، ويحفظه من كيد الفجار وهكذا.

إن القرآن الكريم يربط كل عامل من عوامل الدنيا التي تجعل الإنسان قلقاً بشأنها، بقوة العقيدة وسلامة الإيمان ونقاوته، وبذلك تخف الوطأة وتهون المصيبة، فهو يخاطب النفس بما يطمئنها ويريحها ويهدئ ثائرتها، ولن يمر بالقارئ لكتاب الله تعالى آية إلا ويلمس فيها سراً عجيباً، وعلاجاً مريحاً، يزيل عن النفس كابوس القلق ومؤثر الاضطراب، فالقرآن الكريم أكبر مؤثر يريح النفوس وتطمئن به القلوب لما فيه من عظات وعبر ووعد ووعيد.

وبذلك نجد علاج القلق والاكتئاب ماثلاً قولاً وعملاً[٥].

وبذلك نجح القرآن الكريم في تكوين الشخصية الإنسانية المتكاملة المتزنة الآمنة المطمئنة، وبذلك بلغ الإنسان الكمال الإنساني الذي تحقق له به السعادة في الدنيا والآخرة. قال الله تبارك وتعالى: ﴿نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ وَلَكُمْ

---

(١) حدائق الروح والريحان ١٤/١٨٧.
(٢) تفسير القاسمي ٩/٣٣٩، ط الثانية، ١٣٩٨ – ١٩٧٨، دار الفكر، بيروت.
(٣) تفسير أبي السعود ٣/١٥١.
(٤) رواه الترمذي في سننه، كتاب صفة القيامة، باب ٥٩، ٤/٦٦٧.
(٥) موقع الألوكة الثقافية، أثر الإيمان في إشاعة الاطمئنان، د/ محمد بن سعد الشويعر.

﴿فِيهَا مَا تَشْتَهِيٓ أَنفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ ﴿٣١﴾﴾ (فصلت: ٣١).

والمعنى أن الملائكة الموكلون بالعبد يحثونهم في الدنيا على الخير، ويزينونه لهم، ويرهبونهم عن الشر، ويقبحونه في قلوبهم، ويدعون الله لهم، ويثبتونهم عند المصائب والمخاوف، ويقولون لهم نحن قرناؤكم في الحياة الدنيا، نسددكم ونوفقكم، ونحفظكم بأمر الله، وكذلك نكون معكم في الآخرة، نؤنس وحشتكم في القبر وظلمته، وعند النفخة في الصور، ونؤمنكم من أهوال القيامة على الصراط، ونوصلكم إلى جنات النعيم[1].

هذا وعد الله وجزاؤه في الدنيا والآخرة للذاكرين له عزوجل، العاملين لمرضاته. اللهم لا تحرمنا ثوابك ومنّ علينا بالأمن والأمان والسكينة والاطمئنان. اللهم آمين.

* * *

(١) بتصرف شديد من ابن كثير ٥/٤٧٩، السعدي ٤/٣٩٧.

الخاتمة

الحمد لله الذي أنــزل الكتاب على عبده و لم يجعل له عوجاً، والصلاة والسلام على محمد ﷺ الهادي إلى سبيل الرشد والطاعة والاطمئنان، وعلى آله وصحبه ومن تبعهم بإيمان إلى يوم القيامة.

وبعد فإني أحمد الله أن وفقني لإتمام هذا البحث وألخص ما ورد فيه في النقاط التالية:

١) القلب هو سر الله في خلقه، فهو وإن كان مضغة في الجسد، إلا أن له تعلقاً بمشاعر وانفعالات وأحاسيس الإنسان.

٢) ذكر الله تعالى في القرآن ألفاظ يراد بها القلب، كالروح والفؤاد والعقل.

٣) الذكر له معان كثيرة فقد يراد به ماهو نقيض النسيان، وقد يكون ثناءً وفخراً، وقد يطلق على القرآن الكريم، والذكر أنواع الطاعات المختلفة.

٤) ذكر الله تعالى يكون بالقلب واللسان والجوارح، وهي العبادة الوحيدة التي كتب لها الاستمرار، ولا تحتاج إلى هيئة معينة، ومكان معين، ولا زمان معين.

٥) فضائل ذكر الله تعالى كثيرة جداً وأعظمها أن الله تعالى يذكر من يذكره.

٦) سعادة الإنسان لا تتحقق إلا بذكر الله تعالى؛ بل والاكثار منه في جميع أحواله فلا اطمئنان قلب، ولا راحة بال، ولا استقرار خواطر إلا بذكر الله تعالى.

٧) من الأمور المعينة على ذكر الله تعالى:

أ) الإيمان بالله تعالى وخاصة إذا ترسخ في نفس الإنسان منذ الصغر.

ب) لابد للعبد أن يفهم أن العبادات العملية ترتبط بالأخلاق والسلوك حتى تعطي هذه العبادات أثرها المرجو من أدائها في الحياة.

ج) حسن الظن بالله هو عمل قلبي، لكن له أثراً عظيماً في الدين وعاقبة حسنة في

الدنيا والآخرة.

د) الصبر من الأمور المعينة على ذكر الله تعالى، فالصبر على الطاعات وعن المعاصي وعن الجزع في المصائب مما يرفع مرتبة العبد عند ربه.

هـــ - الدنيا دار ممر لا دار مقر، لذلك ينبغي عدم الركون إلى ملذاتها وشهواتها؛ بل يتزود منها بما يبلغه النجاة في الآخرة.

٨) يظهر أثر الاعتصام بحبل الله تعالى، والاطمئنان إلى ذكره، ببركات يفتحها الله تعالى على عباده في الأنفس والمشاعر والرزق والأمن والحفظ وفي كل شأن من شئون الحياة، ولا يشعر بهذه البركات وهذا الاطمئنان إلا الذين خالطت بشاشة الإيمان قلوبهم.

٩) علاج القلق والاكتئاب الذي انتشر بين الناس في عصرنا الحاضر، هو في العودة إلى الإسلام عقيدة وعبادة ومنهج حياة، فإنه لن يصلح آخر الأمة إلا بما صلح بها سلفها الصالح.

اللهم اجعل عملي صالحاً ولوجهك خالصاً ولا تجعل لأحد فيه شيئاً.

وصلى الله على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم

* * *

المراجع

* إحياء علوم الدين، للإمام أبي حامد محمد بن محمد الغزالي، اعتنى به وضبطه وراجعه ووضع فهارسه القاضي الشيخ محمد الدالي بلطه، ط الأولى ١٤٢٤هـ - ٢٠٠٤م، المكتبة العصرية، بيروت.

* أسد الغابة في معرفة الصحابة، لعز الدين ابن الأثير أبي الحسن علي بن محمد الجزري، ط ١٤٠٩هـ - ١٩٨٩م، دار الفكر، بيروت.

* الإسلام عقيدة وشريعة، محمود شلتوت، ط الثامنة، ١٣٩٥هـ - ١٩٧٥م، دار الشروق، القاهرة.

* البعد التوحيدي للذكر في الإسلام، د/ محمد بنيعيش، ط الأولى، ٢٠٠٧ — ١٤٢٨، دار الكتب العلمية، بيروت.

* التعامل مع النفس والناس كما علمنا رسول الله ﷺ، د. محمد أبو بكر حميد، ط الأولى ١٤٢٦هـ - ٢٠٠٥م، دار طويق، الرياض.

* التفسير القيم، لابن القيم، ط الأولى، ١٤١٠، دار ومكتبة الهلال، بيروت.

* التفسير الكبير، للإمام الفخر الرازي، ط الثانية، دار الكتب العلمية، طهران.

* التفسير المنير في العقيدة والشريعة والمنهج، للأستاذ الدكتور وهبة الزحيلي، ط الأولى ١٤١١هـ - ١٩٩١م، دار الفكر المعاصر، بيروت.

* الجامع لأحكام القرآن، لأبي عبد الله محمد بن أحمد الأنصاري القرطبي، تحقيق عبد الرزاق المهدي، ط الثالثة، ١٤٢١ — ٢٠٠٠، دار الكتاب العربي، بيروت.

* الشرح الميسر لصحيح البخاري، للشيخ محمد علي الصابوني، ط الأولى ١٤٣٢هـ - ٢٠١١م، المكتبة العصرية، لبنان.

* الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، د. محمد عودة محمد، د. كمال

إبراهيم مرسي، ط الرابعة، ١٤٢٠-٢٠٠٠ دار القلم، الكويت.
* القرآن وعلم النفس، للدكتور محمد عثمان نجاتي، ط بدون، دار الشروق.
* القلق والاكتئاب، أ.د. عبد الله بن حسين الموجان، ط الأولى ١٤٣٢-٢٠١١ مركز الكون، جدة.
* الكشاف عن حدائق التنزيل وعيون الأقاويل، لأبي القاسم جار الله محمود الزمخشري ط١٣٩٩ – ١٩٧٩، دار الفكر.
* المفردات في غريب القرآن لأبي القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب الأصفهاني، تحقيق وضبط محمد سيد كيلاني، ط بدون، دار المعرفة بيروت.
* الموسوعة العربية العالمية، ط الثانية، ١٤١٩هـ - ١٩٩٩م، مؤسسة أعمال المؤسسة للنشر والتوزيع.
* الموسوعة القرآنية، جمع وتصنيف إبراهيم الأبياري، ط ١٤٠٥-١٩٨٤، مؤسسة سجل العرب.
* الوابل الصّيب من الكلم الطيب، للإمام ابن قيم الجوزية عني به صالح أحمد الشامي، ط الأولى ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م، المكتب الإسلامي، بيروت.
* تاج العروس من جواهر القاموس، محمد مرتضى الزبيدي، ط الأولى ١٣٠٦، المطبعة الخيرية بمصر.
* تفسير البحر المحيط، لأبي حيان الأندلسي، ط الثانية، ١٣٩٨- ١٩٧٨، دار الفكر.
* تفسير البغوي (معالم التنزيل)، للإمام محيي السنة أبي محمد الحسين بن مسعود البغوي، حققه وخرج أحاديثه محمد عبد الله النمر، عثمان جمعه ضميرية، سليمان مسلم الحرش، ط ١٤١٢هـ، دار طيبة، الرياض.
* تفسير الطبري (جامع البيان عن تأويل آي القرآن)، لأبي جعفر محمد بن جرير

الطبري، تحقيق د/ عبد الله بـــن عبـــد المحـــسن التركـــي، ١٩/١٢٤، ط الأولى ١٤٢٤هـــ - ٢٠٠٣م، دار عالم الكتب، الرياض.

* تفسير العلامة أبي السعود، إرشاد العقل السليم إلى مزايا الكتاب الكريم، ط بدون، دار الفكر.

* تفسير القرآن العظيم، للإمام الحافظ أبي افداء إسماعيل ابن كثير القرشي الدمشقي، تحقيق عبد الرزاق المهدي، ط الأولى ١٤٢٢هـــ - ٢٠٠١م، دار الكتاب العربي، بيروت.

* تفسير القرآن الكريم، للشيخ العلامة محمد بن صالح العثيمين، ســـورة البقـــرة، ط الأولى ١٤٢٣، دار ابن الجوزي، الدمام.

* تفسير القرآن الكريم، للعلامة محمد بن صالح العثيمين، سورة آل عمران، ط الأولى ١٤٢٦ دار ابن الجوزي، الدمام.

* تفسير المراغي، لصاحب الفضيلة أحمد مصطفى المراغي، خرج آياته وأحاديثه باسل عيون السود، ط الأولى ١٤١٨هـــ - ١٩٩٨، دار الكتب العلمية، بيروت.

* تفسير حدائق الروح والريحان في روابي علوم القرآن، تأليف الشيخ العلامة محمـــد الأمين بن عبد الله الأرمي العلوي الهرري الشافعي، إشراف ومراجعـــة الـــدكتور هاشم محمد علي بن حسن مهدي، ط بدون، دار طوق النجاه، بيروت.

* تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، للعلامة الشيخ عبد الرحمن بـــن ناصـــر السعدي، تقديم محمد زهري النجار، ط ١٤٠٨هـــ - ١٩٨٨م، دار المدني بجدة.

* جامع البيان في مفردات القرآن، جمع وتحقيق أد. عبد الحميد هنـــداوي، ط الأولى ١٤٢٨هـــ - ٢٠٠٧م، مكتبة الرشد – الرياض، المملكة العربية السعودية.

* خلق المسلم، محمد الغزالي، ط الثالثة عشر ١٤١٨هـــــ - ١٩٩٨م، دار القلـــم،

دمشق.

* دع القلق وابدأ الحياة، تأليف ديل كارينجي، تعريب عبد المنعم محمد الزيادي، ط ١٩٨٢ ط السادسة عشر.

* دور القيم والأخلاق في الاقتصاد الإسلامي، للدكتور يوسف القرضاوي، ط الأولى ١٤١٥هـ - ١٩٩٥، مكتبة وهبه — القاهرة.

* روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، للعلامة أبي الفضل شهاب الدين السيد محمود الألوسي البغدادي، ضبطه وصححه علي عبد الباري عطية، ط الأولى ١٤٢٢-٢٠٠١، دار الكتب العلمية، بيروت.

* زاد المسير في علم التفسير، للإمام أبي الفرج عبد الرحمن بن الجوزي القرشي البغدادي، ط الأولى المكتب الإسلامي.

* زهرة التفاسير، للإمام الجليل محمد أبو زهرة، ط بدون، دار الفكر العربي، القاهرة.

* سنن الترمذي، تحقيق وشرح أحمد محمد شاكر، ط بدون، دار إحياء التراث العربي، بيروت.

* صحيح البخاري، ومعه فتح الباري، ط الأولى ١٩٩٣ — ١٤١٤، دار الفكر، بيروت.

* صحيح مسلم، بشرح النووي، ط الأولى ١٣٤٧ — ١٩٢٩، المطبعة المصرية بالأزهر.

* على طريق العودة إلى الإسلام، للدكتور محمد سعيد البوطي،ط الثانية ١٤٠٢هـ - ١٩٨٢ مؤسسة الرسالة، بيروت.

* فتح البيان في مقاصد القرآن، للعلامة المحقق صدّيق بن حسن بن علي الحسين القنوجي البخاري، عني بطبعه وقدم له وراجعه عبد الله إبراهيم الأنصاري، ط

١٤١٠هـ - ١٩٨٩م، إحياء التراث الإسلامي، قطر.

* فتح البيان في مقاصد القرآن، للعلامة المحقق صديق حسن خان، الناشر عبد المحي علي محفوظ.

* فتح القدير، للإمام العلامة محمد بن علي الشوكاني، تحقيق عبد الرزاق المهدي، ط الأولى، ١٤٢٠هـ - ١٩٩٩م، دار الكتاب العربي، بيروت.

* في ظلال القرآن، سيد قطب ، ط السابعة ١٣٩١هـ - ١٩٧١م، دار إحياء التراث العربي، بيروت.

* لسان العرب للعلامة أبي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم بن منظور الأفريقي المصري، ط الثالثة، ١٤١٤هـ - ١٩٩٤م، دار صادر بيروت.

* محاسن التأويل، محمد جمال الدين القاسمي، ط الثانية، ١٣٩٨-١٩٧٨، دار الفكر، بيروت.

* مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين، للإمام العلامة المحقق ابن قيم الجوزية، ط الأولى، دار الكتب العلمية، بيروت.

* معجم مقاييس اللغة، لأبي الحسن أحمد بن فارس بن زكريا، تحقيق وضبط عبد السلام محمد هارون، ط الثانية ١٣٩٢هـ - ١٩٧٢م، مطبعة مصطفى البابي الحلبي وأولاده بمصر.

* منحة الكريم الوهاب في تفسير آيات الأحكام في سورة الأحزاب، أ. د. سليمان إبراهيم بن عبد الله اللاحم، ط الأولى ١٤٢٦هـ - ٢٠٠٥م، دار العاصمة، الرياض، المملكة العربية السعودية.

* موسوعة نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم ﷺ، إعداد مجموعة من المختصين بإشراف صالح بن عبد الله بن حميد، عبد الرحمن بن محمد بن ملوح، ط

الرابعة ١٤٢٦هـ - ٢٠٠٦م، دار الوسيلة بجدة.

* نحو تفسير موضوعي لسور القرآن الكريم، محمد الغزالي ، ط التاسعة ١٤٢٧-٢٠٠٧، دار الشروق، القاهرة.

* نحو علم نفس إسلامي، للدكتور حسن محمد الشرقاوي، ط الثانية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، الإسكندرية.

* نظم الدرر في تناسب الآيات والسور، للإمام برهان الدين أبي الحسن إبراهيم البقاعي، خرج آياته وأحاديثه ووضع حواشيه عبد الرزاق المهدي، ط الأولى ١٤١٥هـ - ١٩٩٥م، دار الكتب العلمية، بيروت.

الدوريات:

* صحيفة الندوة، العدد ١٥١٣٤، الأربعاء (٥) شعبان ١٤٢٩هـ.

* موقع الألوكة الثقافية، أثر الإيمان في إشاعة الاطمئنان، د/ محمد بن سعد الشويعر.

* * *